

## KREATIV.

### Die Christrose.

Weil sie auch im Winter wächst und blüht, gilt die immergrüne Schneerose als ein Symbol der Hoffnung und Einzigartigkeit. Viele Legenden und Mythen ranken sich um die Winterblume, die Ulrike Mommendey einfühlsam erzählt und mit Saitenklängen untermalt.

**Samstag, 11. Februar 17.00 Uhr**  
**Ulrike Mommendey** Geschichtenerzählerin

**Wertschätzungsbeitrag 15 €**

**Anmeldung** 0151 18864740, info@blossenau.de

### Spinnkurs vom Schaf zum Garn.

Spinnen ist ein uraltes Handwerk. Wir lernen Fasern fühlen, zupfen, kardieren mit Wolle und Luxusfasern wie Seide, Bambus. Mit dem traditionellen und dem modernen Spinnrad stellen wir Garne zum Weben, Stricken und Dekorieren her.

**Freitag, 3. März 15.00 - 16.00 Uhr**

**Heike Baumgärtner** Spinnstube

**Wertschätzungsbeitrag 10 €** inkl. Materialien und Spinnräder

**Anmeldung** 0151 18864740 WhatsApp, info@blossenau.de

### Wolle selbst färben.

Wir färben Wolle für Tücher und Socken und andere Projekte und gestalten Seidentücher. Selbst gesponnene Wolle kann mitgebracht werden. Nach dem Kurs können Sie auch zuhause färben z.B. mit Eierfarben.

**Freitag, 14. April 15.00 - 17.00 Uhr**

**Heike Baumgärtner** Spinnstube

**Wertschätzungsbeitrag 10 €** inkl. Material

**Anmeldung** 0151 18864740 WhatsApp, info@blossenau.de

### Gesunder Lebensstil.

Umweltbewusst und ohne Chemikalien leben, das wollen wir alle. Es gibt viele einfache Möglichkeiten, den Einsatz ungesunder Stoffe zu reduzieren. Erfahre, welche Alternativen es gibt und wie sie schnell und unkompliziert umgesetzt werden können.

**Freitag, 17. März 19.00 Uhr**

**Gisela Christ** Gesundheitsberaterin

**Kostenloser Vortrag**

**Anmeldung** 0175 9845402 WhatsApp

## MUSIKZIEREN.

### Zauberharfe.

Mit Unterlegblättern kannst du sofort Musikstücke auf der zitter-ähnlichen Zauberharfe spielen. Es ist wie Malen nach Zahlen und funktioniert ohne viel Üben. Für Erwachsene und Kinder.

**Schnuppern Freitag, 10. März 18.30 - 20.00 Uhr**

**Bau- und Spielkurs Mittwoch, 18. März 10.00 - 15.00 Uhr**

**Eva Maria Kirschner** Musiklehrerin

**Anmeldung** 0151 56006585, info@fuenfraben.de, www.fuenfraben.de

### Harfe.

Lern die kleinere Schwester von der großen Konzertharfe im Schnupperkurs kennen und lasst dich von ihr verzaubern!

**Freitag, 12. Mai 18.30 - 20.00 Uhr**

Erwachsene und Kinder, 15 € inkl. Leihinstrument

**Eva Maria Kirschner** Musiklehrerin

**Anmeldung** 0151 56006585, info@fuenfraben.de, www.fuenfraben.de

### Ukulele.

Mit einfachen Griffen kannst du in kurzer Zeit dich und andere beim Singen und Musizieren begleiten. Wir spielen bekannte Lieder und Hits. Leihinstrumente sind vorhanden.

**Treff jeden Montag, 17.00 - 18.00 Uhr**

**Schnuppern ist möglich.**

**Anmeldung** 0151 56006585, info@fuenfraben.de, www.fuenfraben.de

### Musik-Werkstatt Fünfraben.

Klavier, Gitarre, Blockflöte, Harfe, Zauberharfe, Ukulele, kleine Bassgeige, Cajon - es ist bestimmt etwas für dich dabei! Einzel- und Gruppenunterricht für Kinder und Erwachsene.

**Kontakt** 0151 56006585, info@fuenfraben.de, www.fuenfraben.de

### Trommel-Treff.

Egal, ob Anfänger oder Könnler, wir freuen uns auf dich! Ruf am besten vorher an! Leih-trommeln gibt es auch.

**Jeden Montag 19.30 Uhr**

**Bianca Brandner** 0170 1031710 WhatsApp, brandner-bianca@web.de

### Fis Famos.

Wir singen mit Leidenschaft Neuzugänge sind herzlich willkommen! Für Festen und Feiern stellen wir gerne ein schönes Programm zusammen.

**Probe jeden Donnerstag 19.00 Uhr**

**Kontakt** Susanne Rottmeir, rottmeir-burzler@t-online.de

## EVENT.

### Fasching in Blossenau.

Der Blossenauer Fasching ist zurück! Legendar und unvergleichlich! Die Twisters laden zum Tanz ein machen Stimmung. Für perfekte Unterhaltung sorgen die Alm Gugga Mönchsdeggingen und die Garde der Fidelitas Rennertshofen. Bar, Cocktailounge und Catering lassen keinen Wunsch offen.

**Samstag, 18. Februar Einlass ab 19 Uhr**

**Bunter Kehraus Dienstag, 21. Februar ab 15.00 Uhr**

**mit Tanz, Garde, Bauchtänzerinnen**

### SurMonte und Carovana in concert.

Groovig, poetisch und mit großer Spielfreude präsentieren das Trio SurMonte und Duo Carovana Mediterranea vor allem eigene Kompositionen mit ausgefallenen Arrangements, gefühlvolle Balladen und auch Bekanntes von renomierten Liedermachern.

**Samstag, 17. April 19.30 Uhr**

**Andreas Schillinger (E-Zither), Stefan Starzer (Gitarre) und Franz Schuegger (Cajon), Edi Rollandelli (Gesang, Gitarre)**

Wertschätzungsbeitrag 15 €

**Reservierung** 0151 18864740 WhatsApp, info@blossenau.de

### Frauenmärkte.

Selbstgemacht, regional, kreativ! Zahlreiche Aussteller freuen sich auf Ihren Besuch und überzeugen mit einer vielfältigen Auswahl von Produkten rund um Frau, Mann und Familie. Auch für das leibliche Wohl ist bestens gesorgt.

**Samstag, 1. April 12.00 - 19.00 Uhr**

**Eintritt frei!**

**Kontakt** Alexandra Zawinell 09094 1494, zawinell@freenet.de

### Theater Urmel aus dem Eis.

Das Theater „Fritz und Freunde“ aus Augsburg präsentiert die bezaubernde Kindergeschichte „Urmel aus dem Eis“, die durch die Augsburger Puppenkiste Weltruhm erlangte. Mit echten Schauspielern, die in liebevoll gestalteten Kostümen und Kulissen mit Witz und v.a. mit den unverwechselbaren Sprachfehlern der Tiere, Kinder und Erwachsene begeistern.

**Sonntag, 30. April 15.00 Uhr**

Kinder 6 €, Erwachsene 9 €, Familie 20 €

**Anmeldung** 0151 18864740, info@blossenau.de

## HITS FÜR KIDS.

### Der kleine Troll.

In den Wäldern und Bergen Norwegens und Schwedens kann man die Trolle leise in ihren Verstecken lachen hören. Die kleinen Kobolde lieben es zu tanzen und zu singen. Zauberhafte Geschichten über die drolligen Geschöpfe erzählt Ulrike Mommendey mit Begleitung auf der Gitarre. Für alle von 6 bis 96 Jahren, die Märchen lieben.

**Samstag, 11. Februar 17.00 Uhr**

**Ulrike Mommendey** Geschichtenerzählerin

**Wertschätzungsbeitrag** Kinder 6 €, Erwachsene 9 €

**Anmeldung** 0151 18864740, info@blossenau.de

### Outdoor-Nachmittag.

Wie (über)lebt man in der Wildnis? Wir machen Feuer, bauen einen Unterschlupf und suchen Essbares in der Natur. Wir lernen uns zu orientieren, entdecken Tiere und erforschen die Geheimnisse der Natur.

**Ab Freitag 10. März jeden 2. Freitag im Monat 14.30 - 18.30 Uhr**

**Jürgen Stampfer** Wildnisexperte,

**Gabi Wiedemann** Kinderbetreuerin

Ab 6 Jahren, 18 € pro Nachmittag inkl. Verpflegung

Bitte mitbringen: wetterfeste Kleidung, kleinen Rucksack

**Anmeldung** 0177 2745394, 0160 8858052

### Ferien-Spaß.

Es wird bestimmt nicht langweilig! Draußen oder drinnen - wir spielen, basteln, kochen und machen nur, was Spaß macht! Hast du Lust? Ich freue mich auf dich!

**Osterferien Montag bis Freitag 9.00 - 13.00 Uhr**

**Gabi Wiedemann** Kinderbetreuerin und Kochexpertin

15 € pro Tag inkl. Verpflegung

**Anmeldung** 0177 2745394 WhatsApp, gababwie@gmail.com

### Geburtstagsparty.

Die Kinder haben Spaß. Die Eltern genießen ihre Auszeit. Gabi Wiedemann lädt euch zu einer unvergesslichen Geburtstagsfeier ins Kräuterhäusl, in die Sporthalle oder in die B+ Erlebnisküche ein. Jede Menge Spaß ist garantiert! Und natürlich gibt es auch was Leckeres zum Essen.

**Gabi Wiedemann** Kinderbetreuerin und Kochexpertin

Termine und Kosten nach Vereinbarung

0177 2745394 WhatsApp, gababwie@gmail.com

## INFO.

### Herzlich willkommen!

ALLE Menschen sind gern gesehene Gäste. Das B+ Zentrum ist barrierefrei. Unser ehrenamtliches Team sorgt mit **viel Herz und guter Laune** dafür, dass Sie sich wohlfühlen.

Genießen Sie die **gemütliche Atmosphäre** im B+ Leben-Saal.

Vor den Veranstaltungen und in der Pause verkaufen wir

**Schmankerl** aus der B+ Küche und Getränke.

**Es gibt keine Karten. Sie reservieren Ihren Platz per WhatsApp, Mail oder Telefon und zahlen bequem an der Abendkasse.**

### Aktuelles.

Absagen und Änderungen sind möglich!

**Schau mal rein!** [www.blossenau.de](http://www.blossenau.de)

# B+

KULTUR. NATUR.

**Natur- und Umweltbildungszentrum**  
Römerstraße 51  
86704 Tagmersheim-Blossenau  
0151 18864740 WhatsApp  
[www.blossenau.de](http://www.blossenau.de)  
[info@blossenau.de](mailto:info@blossenau.de)



**V.i.S.d.P.**  
Eva Münsinger  
Römerstraße 1a  
86704 Tagmersheim

Alle Preise inkl. der gesetzlichen Mehrwertsteuer

# B+

ERLEBNISORT  
BLOSSENAU

SPORT  
NATUR  
KULTUR  
GENUSS



## MACH MIT!

GENUSS. KULTUR. NATUR.

## FEBRUAR - APRIL 2023

[www.blossenau.de](http://www.blossenau.de)

# KRAFT TANKEN.

## Wohlfühlabend für dich.

Mit einfachen und sehr wirkungsvollen Wohlfühlwendungen kommst du zur Ruhe. In einer duftenden Auszeit mit hochwertigen Essenzen aus der Natur entspannst du und fühlst dich rundum wohl

**Freitag, 24. Februar 19.30 - 21.00 Uhr**

**Gisela Christ** Experte für Ätherische Öle und Essenzen  
**Wertschätzungsbeitrag** 15 €

**Anmeldung** 0175 9845402 WhatsApp

## Räuchern mit heimischen Kräutern.

Wir verräuchern Kräuter die entspannen, die Selbstheilungskräfte anregen, die Konzentration fördern, für Harmonie und Wohlbefinden sorgen. Es sind allesamt Kräuter die bei uns wachsen. Erfahre welche Wirkung sie haben und wie sie gesammelt und getrocknet werden.

**Freitag, 10. März 18.00 - 20.00 Uhr**

**Sonja Hermann** Räucherfrau

25 € Räucherware kann im Kurs erworben werden.

**Anmeldung** 0157 57651815, sonne.hermann@t-online.de

## Klang-Massage und Ohrkerzen-Zeremonie.

Im Liegen genießt du den wohltuenden Ton unterschiedlicher Klanschalen. Alltagsstress, Verspannungen und Gifte werden ausgeleitet. Tiefenentspannung stellt sich ein. Die Ohrkerzen gleichen Druck aus und stärken die Schleimhäute in Stirn- und Nasennebenhöhlen und den Halsbereich. Eine wohltuende Gesichtsmassage verwöhnt Körper, Seele und Geist.

**Freitag, 3. Februar / 14. März / 7. April ab 14.00 Uhr**

**Margarete Günther** Klangmassagepraktikerin

60 min Klangmassage 20 €.

40 Minuten Ohrkerzenzeremonie inklusive Material 20 €

**Terminvereinbarung**

0152 54391248 WhatsApp, margarete.guenther55@gmx.de

## Testen mit der Einhandrute.

Die Technik ist einfach und vielfältig einsetzbar. Du lernst Schwingungen zu fühlen und zu deuten. So kannst du Vieles im Alltag testen wie z.B. die Verträglichkeit und Wirksamkeit von Lebensmitteln oder den besten Schlafplatz.

**Termine nach Vereinbarung**

**Margarete Günther** Gesundheitsberaterin

45 € inkl. Skript

**Kontakt** 01525 4391248 WhatsApp, margarete.guenther55@gmx.de

# GLÜCKLICH DRAUSSEN.

## Für Alles ist ein Kraut gewachsen.

Geh mit mir auf eine spannende Reise in die Natur! Wir entdecken Kräuter und Pflanzen, die oft unscheinbar sind, aber eine große Kraft haben. Welche Wirkung haben sie? Wie verwendet man sie? Wir bereiten Nützliches aus Kräutern zu und auch Schmankerl zum Genießen

**Die Kraft der Knospen** Freitag, 31. März

**Wilde Frühlingskräuter** Samstag, 22. April / 13. Mai

**16.00 - 18.00 Uhr**

**Gabi Wiedemann** Kräuterexpertin

Wertschätzungsbeitrag 15 €, Familie 30 €

Extratermine für Familien und Gruppen buchbar

**Anmeldung** 08434 920537, 0177 2745394 WhatsApp

## Kraftort Wald.

Der Wald ist eine wunderbare Kraftquelle. Durch angeleitete Übungen stärken wir unser Selbst-Bewusstsein und erfahren Wertschätzung gegenüber uns und der Natur. Geerdet und gestärkt geht es wieder zurück in den Alltag.

**Sonntag, 23. April 9.30 - 11.30 Uhr**

**Steffi Maurer** Achtsamkeitstrainerin

Dauer 2 Stunden, Kosten 20 €

**Info** [www.wort-voll.com](http://www.wort-voll.com)

**Anmeldung** 0160 3176724, [hello@wort-voll.com](mailto:hello@wort-voll.com)

## Pfad der Artenvielfalt.

Es gibt viel zu entdecken und zu beobachten vor dem B+ Zentrum, auf der Streuobstwiese, an der Benjeshecke, am Bienehotel und am Kräuterhäusl. Kreative Naturaufgaben schärfen den Blick, machen Spaß und können auch für Erwachsene eine interessante Erfahrung sein.

**Broschüre** liegt in der Gemulakiste vor dem B+ Zentrum.

Wir freuen uns über deinen Wertschätzungsbeitrag in die Kasse.

**Download** [www.blossenau.de/natur](http://www.blossenau.de/natur)

**Doris Leupold** Vorsitzende Gartenbauverein

**Kontakt** 01515 2208162, [doris.leu@t-online.de](mailto:doris.leu@t-online.de)

## Glücklich draußen.

Katrins Leidenschaft ist die Natur. Mit Wanderungen, Indianer- und Steinzeitprojekten, Forscher- und Naturtouren, Lesungen, Kinderprogrammen für Feste und Feiern begeistert sie Groß und Klein.

**Katrin Ott** Erzieherin, Natur-, Landschafts- und Geoparkführerin

**Info** [www.katrin-ott.de](http://www.katrin-ott.de), [mail@katrin-ott.de](mailto:mail@katrin-ott.de)

# WANDERN.

## Dolinenwanderung.

Auf dem Rundgang von Tagmersheim nach Rögling treffen wir immer wieder auf Dolinen, trichterförmige Mulden mit einer Tiefe von 2-20 Metern. Wir lernen die geologischen Phänomene der Monheimer Alb kennen und erfahren welche Auswirkungen das Riesereignis hat.

**Sonntag, 10. April 14.00 - 17.00 Uhr (Ostermontag)**

**Ursula Kneißl-Eder** Geopark-, Natur- und Landschaftsführerin

Erwachsene 5 €, Kinder 2,50 €

Treffpunkt Freibad Tagmersheim

**Anmeldung** 0175 9640185, [ursula.kneissl-eder@gmx.de](mailto:ursula.kneissl-eder@gmx.de)

## GEMULA Rucksack-Erlebnistour.

**GEMULA** das Waldgeistlein liebt **GE**schichten, **MU**sik und **LA**chen. Es nimmt dich mit zu einer spannenden Forschertour. Den Weg findest du mit dem Gemula-Heft. Im Rucksack sind Utensilien für coole Forscheraufträge und ein Musikinstrument. Ca. 4 km /Dauer ca. 3 Std. / Abkürzungen.

Ein Rucksack (10 €) pro Familie/Gruppe genügt. Mit dem Winter- und Sommerheft (5 €) kannst du ihn öfter verwenden.

Du bekommst ihn in der Tankstelle Kugler in Blossenau. Oder

unter [info@blossenau.de](mailto:info@blossenau.de), 0151 18864740 WhatsApp

## Waldbaden in Konstein.

Waldbaden hält Körper und Seele gesund und hilft gegen Burnout und Kreislauferkrankungen. Erlebe die wunderbare Kraft der Natur mit allen Sinnen und tanke neue Energie und Lebensfreude.

**Donnerstag, 16. März 16.00 - 18.00 Uhr**

**Sonntag, 30. April 10.00 - 12.00 Uhr**

**Sabine Clausing** Heilpraktikerin für Psychotherapie

**Anmeldung** 08427 9858318, [hallo@clausingakademie.de](mailto:hallo@clausingakademie.de)

2 Stunden 35 €

## Wandern und Ukulele spielend lernen.

Wir wandern zu schönen Plätzen und lernen einfache Akkorde auf der Ukulele, mit denen wir sofort bekannte Lieder begleiten können. Auch Könner sind willkommen!

**Samstag, 25. März / 22. April / 13. Mai 10.00 - 14.00 Uhr**

15 € inklusive Leihinstrument

**Anmeldung** 0151 56006585, [info@fuenfraben.de](mailto:info@fuenfraben.de), [www.fuenfraben.de](http://www.fuenfraben.de)

# WILD & SPANNEND.

## Wald-Detektive.

Wer war hier unterwegs? Was ist passiert? Wie im Krimi verfolgst du als Detektiv die Spuren der Waldtiere und entdeckst so manchen Tatort. Ein besonderes Abenteuer mit spannenden Forscheraufgaben für Kinder mit oder ohne Familie!

**Sonntag, 19. März 14.00 - 17.00 Uhr**

**Bianca Brandner** Umweltbildnerin Bund Naturschutz

Kinder 5 €, Erwachsene 8 €, Familie 20 €

**Anmeldung** 09097 969962, 0170 1031710 WhatsApp,

[brandner-bianca@web.de](mailto:brandner-bianca@web.de)

## Majas wilde Schwestern.

Maja ist der Star der Honigbienen. Kennst du auch ihre wilden Schwestern? Du wirst staunen, wie unterschiedlich sie sind und was sie alles können. Wir entdecken ihre Wohnungen, schauen sie uns von der Nähe an und erfahren eine ganze Menge über ihr Leben.

**Sonntag, 7. Mai 14.00 - 17.00 Uhr**

**Bianca Brandner** Umweltbildnerin Bund Naturschutz

Kinder 5 €, Erwachsene 8 €, Familie 20 €

**Anmeldung** 09097 969962, 0170 1031710 WhatsApp, [brandner-bianca@web.de](mailto:brandner-bianca@web.de)

## Geheimnisse des Waldes.

Reden Bäume miteinander? Der Wald steckt voller unglaublicher Geheimnisse. Komm mit auf eine spannende Expedition in den Wald! Wir enttarnen spannende Tricks der Natur und schärfen unsere Wahrnehmung. Für Kinder mit oder ohne Familie!

**Sonntag, 21. Mai 14.00 - 17.00 Uhr**

**Bianca Brandner** Umweltbildnerin Bund Naturschutz

Kinder 5 €, Erwachsene 8 €, Familie 20 €

**Anmeldung** 09097 969962, 0170 1031710 WhatsApp,

[brandner-bianca@web.de](mailto:brandner-bianca@web.de)

## Projekttag Natur.

Die Natur ist voller Vielfalt. Die Schüler/innen entdecken an Erlebnisstationen (nach Wunsch und Lehrplan) die faszinierende heimische Tier- und Pflanzenwelt. Wir forschen und erkunden spielerisch alles Wissenswerte in wunderbarer Umgebung.

**Bianca Brandner** Umweltbildnerin Bund Naturschutz

0170 1031710 WhatsApp, [brandner-bianca@web.de](mailto:brandner-bianca@web.de)

# GENUSS PUR.

## Kochkurs „Genussvolle Osterwoche“.

Unter der Leitung von Profikoch Uli Großmann kochen wir Gerichte für Gründonnerstag, Karfreitag und Ostersonntag. Das Menü genießen wir am Ende in gemütlicher Runde.

**Freitag, 31. März 18.30 - ca. 22.00 Uhr**

**Uli Großmann** Profikoch, Vorsitzender Club der Köche Donaues

18 € inklusive Menü, Rezepte. Getränke nach Preisliste.

B+ Erlebnisküche Blossenau

**Mit Anmeldung!** 0151 18864740 WhatsApp, [info@blossenau.de](mailto:info@blossenau.de)

## Miteinander kochen und genießen.

Die besten Feste beginnen und enden in der Küche! Du bist herzlich eingeladen - mit Freunden und Familie. Ihr dürft mitkochen, Ideen einbringen, zuschauen, probieren oder es euch gemütlich machen. Das **Ensemble Mio Gusto** sorgt für die musikalische Umrahmung. Das Essen genießen wir gemeinsam in gemütlicher Runde.

**Freitag, 3. März ab 18.00 Uhr**

**Freitag, 21. April ab 18.00 Uhr**

Die Kosten für das Essen teilen wir uns. Getränke nach Preisliste. Trinkgeld ist willkommen!

**Anleitung** durch Kochexperten

**Weinverkostung** Harald Hänsel, Vinito

**Anmeldung** 08434 920537, 0177 2745394 WhatsApp

## Leckerschmecker.

Kochen macht Kindern riesig Spaß! Wir schnipseln, rühren, brutzeln und kochen leckere und gesunde Speisen, die wir uns in gemütlicher Runde schmecken lassen. Gerne dürft ihr auch Erwachsene mitnehmen.

**Samstag, 11. März ab 11.00 Uhr**

**Gabi Wiedemann** Kochexpertin

Die Kosten teilen wir uns.

**Anmeldung** 08434 920537, 0177 2745394 WhatsApp

## Kochevent.

Miteinander kochen macht Spaß und ist ein besonderes Erlebnis. Ich organisiere unvergessliche Back- und Kochevents für Gruppen, Kinder, Geburtstage und Feste in der B+ Erlebnisküche. Auch eine musikalische Umrahmung ist möglich.

**Gabi Wiedemann** Kochexpertin

**Kontakt** 08434 920537, 0177 2745394 WhatsApp

# TIPP.

## Bike Fitting.

Um lange Spaß am Radfahren zu haben, ist die optimale Sitzposition wichtig. An verscheiden Radtypen erklärt der Profi erklärt die optimale Einstellung für Alltag, Sport oder Radreise und findet Lösungen für individuelle Sitzprobleme.

**Samstag, 25. Februar 18.00 Uhr**

**Holger Kretzschmar** Fahrrad Ergonomie

Wertschätzungsbeitrag 5 €

**Anmeldung** Telefon oder WhatsApp 0171 3320720

## Adabei.

Erzähl mal! Alte Geschichten, Neues aus Nah und Fern, Interessantes zum Staunen oder Witziges zum Schmunzeln. Es gibt viel zu erfahren und zu erzählen. Sei „a dabei“, wenn wir uns in gemütlicher Runde im B+ treffen, ratschen, lachen, vielleicht auch mal singen oder Karten spielen. Einfach eine gute Zeit haben!

**Freitag, 3. März / 14. April ab 16.00 Uhr im B+ Treff**

**Kontakt** 0151 18864740 WhatsApp, [info@blossenau.de](mailto:info@blossenau.de)

## Teamtag.

Ob Outdoor oder Indoor - das B+ Zentrum bietet optimale Voraussetzungen für einen erlebnisreiches und entspanntes Team-Erlebnis und Seminar. Gemeinsam mit Ihnen entwerfen wir das Programm und gestalten es nach Wunsch sportlich, kreativ, genussvoll und mit viel Raum für ein entspanntes Miteinander.

**Kontakt** Eva Münsinger

0151 18864740 WhatsApp, [info@blossenau.de](mailto:info@blossenau.de)

## Stärke deine Resilienz.

Sabine Clausing erklärt in ihrem Vortrag, wie du flexibler auf herausfordernde Situationen reagierst, dich schneller an Veränderungen anpasst und Stress abbaust. Du akzeptierst die kleinen und großen Krisen des Lebens und lernst aus ihnen.

**Freitag, 21. April 19.00 Uhr**

Wertschätzungsbeitrag 5 €

**Anmeldung** 08427 9858318, [hallo@clausingakademie.de](mailto:hallo@clausingakademie.de)

# B+